

Intimbereich: Denken Sie bei Jucken, Brennen und Schmerzen auch an Lichen sclerosus!

Hinter einem juckenden, brennenden und schmerzenden Intimbereich kann ein Blasen- oder Pilzinfekt stecken. Mitunter ist die Ursache davon jedoch Lichen sclerosus (LS). Diese Hauterkrankung ist bei Frauen weitverbreitet – jede 50. Erwachsene ist betroffen – und wird dennoch oft verkannt. Wir klären Sie auf.



Bettina Fischer
Verein Lichen Sclerosus / Netzwerk Vulvodynie

Was ist Lichen sclerosus?

Bei der Autoimmunerkrankung entzündet sich die Haut im äusseren Genitalbereich immer wieder schubweise. Das geht mit Jucken, Brennen und Schmerzen einher. Die chronische Krankheit ist nicht ansteckend und nicht heilbar, aber behandelbar. Wird die Hautkrankheit lange nicht adäquat behandelt, kann es bei Frauen zu Verklebungen der Vulvalippen kommen. Schlimmstenfalls vernarbt das Vulvagewebe und die Vaginalöffnung verengt sich. Bei Männern führt ein unbehandelter LS zu einer Vorhautverengung und im schlimmsten Fall zur Vernarbung des Harnröhreneingangs. Ein fortschreitender Verlauf der Krankheit kann – bei beiden Geschlechtern – den Sex beeinträchtigen und belastet Betroffene oft auch psychisch.

Was verzögert die Diagnose von LS?

Obwohl schon 1887 in medizinischen Lehrbüchern beschrieben, vergehen bis zur Diagnose meist Jahre. Denn Lichen sclerosus zeigt sich ähnlich wie eine Blasenentzündung oder ein Pilzinfekt. Und: Auch wenn LS



vor allem bei Erwachsenen diagnostiziert wird, zeigt sich die Erkrankung manchmal auch schon bei Säuglingen und Kleinkindern, zumal es eine familiäre Häufung gibt. Eltern sowie Kinderärztinnen und -ärzte sollten daher insbesondere bei wiederkehrender Windeldermatitis, Rötungen und Juckreiz im Genitalbereich (bei Mädchen) und bei Vorhautverengung mit Schmerzen beim Wasserlassen (bei Jungs) auch an LS denken.

Worauf ist besonders zu achten?

Anders als bei einem Vaginalpilz tritt bei LS kein Ausfluss aus. Dafür

weisen Hautverklebungen und weissliche Stellen auf die Erkrankung hin. Von LS sind nur unbehaarte Hautareale betroffen. Teilweise geht ein Lichen sclerosus auch mit der chronischen Schmerzerkrankung Vulvodynie (Chronic Pelvic Pain Syndrom) einher. Es treten Schmerzen, Brennen und Stechen ohne erkennbare Ursache auf.

Was hilft gegen den Juckreiz bei LS?

Instinktiv kratzen Menschen sich, wenn's juckt. Doch wer gegen das Jucken bei LS ankratzt, verletzt die empfindliche Haut im Intimbereich. Es kommt zu Einblutungen und

Vernarbungen – ein Teufelskreis, der sich durchbrechen lässt: Europäische LS-Behandlungsleitlinien empfehlen zur Behandlung spezifische (hoch-)potente Kortisonsalben. Davon braucht es nicht viel, aber der Wirkstoff muss genau platziert werden. Das setzt voraus, dass Frauen ihre Vulva gut kennen, was wegen vieler gesellschaftlicher Tabus längst noch nicht der Fall ist. Eine Anleitung zur Selbstuntersuchung und Therapieanwendung liefert der Schweizer Verein Lichen Sclerosus.

3 Tipps zur Hautpflege im Intimbereich

1. Waschen Sie den Intimbereich regelmässig nur mit lauwarmem Wasser und tupfen Sie ihn vorsichtig trocken.
2. Verwenden Sie nach dem Waschen rückfettende Pflegeprodukte.
3. Informieren Sie sich auf den Webseiten des Vereins zu Symptomen, Diagnose und Behandlung von LS und Vulvodynie. Der Verein bietet Betroffenen

Unterstützung im Umgang mit der Krankheit im Alltag und in der Partnerschaft und vermittelt Tipps zur psychischen Bewältigung der Diagnose.

Hilfe, Aufklärung und Infos für Betroffene und Fachpersonen

Der ehrenamtlich tätige Verein Lichen Sclerosus ist länderübergreifend im deutschsprachigen und frankofonen Raum aktiv. Seit der Gründung 2013 liessen sich mehr als 13'000 LS-Betroffene beraten, darunter auch 600 Eltern betroffener Kinder. Der Verein bietet eine umfassende Informationsplattform mit Experteninformationen sowie Hilfe bei der Arztsuche an, organisiert Tagungen und Workshops. Aktiv ist er ebenso mit Aufklärung an Ärztekongressen, er schult zudem Hebammen, Apotheker:innen und Sexualtherapeut:innen, denen LS meistens auch kein Begriff ist. Ferner tragen ein YouTube-Kanal, ein Erklärvideo, ein Podcast und



Die chronische Krankheit ist nicht ansteckend und nicht heilbar, aber behandelbar.

der semiautobiografische Kurzspielfilm «Cranberry Juice» zur Enttabuisierung der weitverbreiteten, aber noch viel zu wenig bekannten Vulvakrankheiten Lichen sclerosus, Lichen planus und Vulvodynie bei. Für diese Pionierarbeit wurde der Verein mit dem Rotkreuzpreis des SRK Kanton Aargau ausgezeichnet. ■

Schon mal von LS gehört?
Hier geht es zum Erklärvideo:



Mehr Informationen:
www.lichen-sclerosus.ch

www.vulvodynie.ch